

Проект "EUthyroid": **«Убеден съм, че подобряване на приема на йод може да направи Европа по-интелигентна»** - проф. Хенри Вьолтцке - координатор на проекта за най-мощното общоевропейско проучване върху йода.

В книгата на Дейл Карнеги «Как да печелим приятели и да влияем на другите» може да прочетете такъв пасаж: **«Вие знаете ли кое ще ни спаси от слабоумие? Много малко. Количеството йод във Вашата щитовидна жлеза, което струва не повече от 5 цента. Ако хирург отвори Вашата щитовидна жлеза и извлече тази капка йод, Вие ще се превърнете в идиот. Нищожна капка йод, която можете да купите за 5 цента в аптеката на ъгъла – това е всичко, което стои между Вас и психиатрията. Йод за 5 цента. Няма с какво особено да се хвалим, нали?»**

До средата на миналия век дефицитът на йод почти винаги е бил свързан изключително с проблемите на щитовидната жлеза.

Изследвания на френския химик Шатен в периода от 1850 до 1876 година за пръв определят «гушата» като ендемично заболяване, предизвикано от дефицита на йод.

Първото научно обосноваване за връзката между «гушата» и дефицита на йод е резултат на широкомащабно изследване (5000 момичета), проведено през периода от 1917 до 1922 от американските лекари Marine and Kimball. След което прозвучава: **«Ендемичката гуша може да бъде зачертана в списъка на човешките болести много бързо, достатъчно е обществото да приложи необходимите усилия в това направление**

». □ □

Думите на Д.Марин, казани преди сто години, като никога са актуални и днес.

НО, през осемдесетте години на миналия век водещи ендокринолози стигат до заключение, че проблемите при щитовидната жлеза заради дефицита на йод далеч не са единствени и най-критични за общото здраве на деца и възрастни. В кръвотока на

възрастен човек има около 600 мкг йод, а щитовидната жлеза взема не повече от 75 мкг. Т.е., от ежедневно постъпващият в организма йод една част се използва от щитовидната жлеза за синтезиране на хормоните, останалото количество е необходимо за дезинфекция на организма и регенерация на клетките на нервната, съединителна, епителна и мускулна тъкан.

През 1983 г. СЗО въвежда термин "йоддефицитни заболявания", с което потвърждава предположенията на специалистите.

През 1985 г. се създава Международен съвет за контрол на йоддефицитните заболявания. Един от активните организатори на мрежата, австралийският ендокринолог Васил Хетцел пише своята «Повест за йодния дефицит» ***Basil S. Hetzel, 1989. THE STORY OF IODINE DEFICIENCY. An International Challenge in Nutrition, a епиграф към книгата са думите на Анри Лабуисс, (УНИЦЕФ, 1978)***

:

***«Предотвратяването на йоддефицитните заболявания е толкова леко, че раждането даже на едно дете с умствени проблеми поради тази причина се явява престъпление.»***

Може би по тази причина главен символ на Международния комитет за контрол на йоддефицитните заболявания (ICCIDD) се явява човешкият мозък.

През 1990 година СЗО провъзгласява дефицитът на йод като критически значим и глобален проблем, касаещ здравето на всички слоеве население. Най-опасните заболявания, предизвикани от недостатък на йод в организма са: мъжко и женско безплодие, спонтанни аборти, раждане на недоносени или мъртви деца, раждане на деца с тегло под нормата, глухонемота, умствена изостаналост, остри психични заболявания, кретинизъм.

Дефицитът на йод е единствена, и по данни на световната статистика, най-разпространена причина за мозъчни увреждания и нарушаване на психичното развитие, най-честата причина за умствено изоставане и психични разстройства.

През 1992 г. специалисти от медицинската катедра на Университета ***New Mexico***

### **School of Medicine study**

стигат до извода, че често причините за възникване на **апатията и умората** са заради непълноценната функция на щитовидната жлеза.

(

### **Fuller D. Thyroid and Vital Health**

Редица известни ендокринолози считат, че хипотиреозата предизвиква нервните разстройства и емоционалния стрес. Докторът на мед.науки **H.F.Stoll** отбелязва следните симптоми, които са характерни и за хипотиреозата: **раздражение, мнителност, разсеяност, отслабване на паметта, остри безпокойства, стрес, депресия.**

Болестта Алцхаймер е свързана с дегенерация и отмиране на нейрони в централната част на кората на главния мозък, която обработва познавателната информация – сбор на нова информация и нейното извличане от паметта. Причините могат да бъдат вирусни инфекции и натрупване на токсини, а не склероза на мозъчните клетки, при която нормалната нервна тъкан се заменя на съединителна

Необходима е йодна профилактика, особено при бременност и кърмене. Необходима е искрена заинтересованост да се открият причините и да се помогне на обществото да бъде психично здраво – от новородените до хората в преклонна възраст.

Хората с активна и пълноценно работеща ендокринна система са благородни, порядъчни, с проява на любов и внимание към близките – качества, които все по-често отсъстват в съвременното общество. Тези хора могат да помогнат на цивилизацията, потънала в жестокост и безнравственост да се измъкне от морално-етическата и икономическа криза, могат да създадат благоприятни условия за възпитание на бъдещите поколения.

Щитовидната жлеза е най-голямата ендокринна жлеза, една от най-главните жлези с вътрешна секреция, за пълноценната дейност на която е нужен ежедневно постъпващ йод. От момента на раждане – 90-120 мкг (за недоносените двойно повече), 120-150 за ученици, 150-250 – за възрастни, бременни и кърмещи жени. За безопасна се счита ежедневна доза от 1000 мкг йод. Японците с храната си приемат ежедневно до 13 000 мкг.

Всеки трябва да знае, че ежедневно постъпващият в организма йод сваля напрежението и стреса, поддържа пълноценната дейност на щитовидната жлеза и като следствие нормализира обмяната на веществата, интензивно чисти кръвта от вирусна, бактериална, паразитна и гъбични инфекции, от хранително, алкохолно, никотиново и наркотично отравяне, от вредните примеси във въздуха, изцяло неутрализира действията на радиацията - т.е.устранява причините за дискомфорт.

А какъв трябва да бъде йодът? Вие вече знаете – обогатен с йони на йод воден разтвор, при който йодът не се натрупва в организма, а безпрепятствено се извежда от клетките.

**Вместо хапчета - течности с йони на метали и микроелементи – това е ново направление в науката, с което се занимават водещи институти в много страни, за да гарантират физическо и психично здраве на хората.**

**В България такъв продукт се внася от 2005 година.**